



### Årsmelding trenere sesongen 2015-2016

### Årsmelding trening 6-18 år

#### **Trenere**

Trenerteamet har bestått av

Torleif Johansen,

Glenn Lind,

Tonje Delp,

Bård Sørensen

Roar Jørgensen

Cato Kjærvik

Gode hjelpere har vært

Roy Arntsen

Trine Stordal

Gaute Nekstad

Cecilie Kristiansen

#### **Treningene**

Vi har i hovedsak hatt 2 grupper; 6-11 år og 12-18 år.

De eldste har trent jevnt hele året fra sommeren til påske. 2-3 felles treningsøkter pr uke.

For de minste vises det til egen rapport fra Tonje.

Fra 20.11 hadde vi forhold skiføre enten i lysløypa eller gode forhold oppe i marka.

Deltakelsen på utetreningene på høsten var bra, men treninger i periferien har vist seg vanskelig for de minste.

Vi har utvidet samarbeidet med Melbo om treninger og har hatt felles langtur søndager hele sommeren og høsten. Vi har også hatt flere felles intervalltreninger på tirsdager og lørdager. Dette har fungert godt og inspirerer ungene godt.

Deltakelsen på treningene har som i fjor vært fra 10-25 stk.

Vi har ikke videreført en seniortrening men prøver å ta det opp igjen til høsten.

Vi har inngått avtale med Stamina om rimelig treningstid der og de eldste aktive benytter seg av denne avtalen.

Vi har hatt 1 trenermøter med planlegging av opplegg og for vinteren ble det etablert en oversikt over treningstider på web. Vi har også benyttet facebooksidene til onsdagsrennene til å varsle treninger og møter.

Vi har 3 løpere som blir 13 år neste år som er løpere vi må vie ekstra oppmerksomhet på å få med videre.

#### **Konkurranser**

Klubben har vært representert med løpere fra denne gruppen på følgende konkurranser:

Åpningsrennet i Mosjøen før jul, KM i Bodø, Hovedlandsrennet på Fauske, Ungdomsstafetten i

# Stokmarknes IL

## Ski

---



Holmenkollen, KM på Stokmarknes, kretsrenn på/i Lekang, Sortland, Melbu, Alsvåg, NNM i Alta og Kirunaspelen og vi har gjort en fin figur.

KM del 1 ble arrangert i Bodø av inn

Her deltok Jonas Sørensen i G18 og Ingrid Sørensen i J16 og G16 Trond Remen Johansen. Eskild Huse deltok i rekruttklassen G12. Det ble flere gode plasseringer.

Hovedlandsrennet ble arrangert på Fauske i Nordland. Ingrid, Maja deltok her. 3 dager konkurranse. Alle ble premiert i løpet av helga og beste resultat var Ingrid sin 40. plass på sprinten.

Klubben var også representert i NNM i Alta. Her deltok Jonas Sørensen i G18 og Ingrid og Maja Sørensen i J18 og Trond (G16)). Også her var det god innsats med plasseringer fra midt på treet,

Åpningsrennet og KM og kretsrenn på Mo utgjorde NordlandsCup. Her kom Trond Remen Johansen på 4. plass sammenlagt i G16 og Ingrid Sørensen ble nr 2 sammenlagt i J15.

Til sist var det 4 biler med 7 løpere avgårde til Kirunaspelen 2 helger etter påske. Det var igjen en fin tur med godt vær og 2 gode konkurranser i fri stil. Her fikk vi også mange gode resultater. Det ble også en fin tur sosialt.

Vi har hatt 7 onsdagsrenn med konkurransebolk. Vi fikk ikke arrangert klubbmesterskap pga. snømangel på tampen.

Klubben har hatt løpere i en rekke turrenn både lokalt, nasjonalt og internasjonalt. Willy gikk Reistadløpet, Birk'en, Wasaloppet, Marcialonga. Han trekker fram ML som spesielt artig. Alle med utmerkede prestasjoner.

### **Samlinger**

Vi har deltatt på vår egen kretssamling i august i tilknytning til Hadsel Maraton.

Videre ble vi invitert og deltok på Medkila sin klubbsamling som de selv arrangerte på Stokmarknes og der var 3 løpere på Røklandsamlingen.

Vi har utviklet samarbeidet med Melbo IL og hatt fast felles søndagstur. Glenn har ledet an. Det har også vært noen felles rulleskitreninger og spesifikke treninger på ukedagene.

### **Kursing**

Cato har fullført kurs siste år. Vi har flere ivrige foreldre på gang slik at vi anbefaler at noen av disse får tilbud om trenerkurs 1.

Avslutningsvis er vi godt fornøyd med jobben vi har gjort.

Men vi ser at det skaller av 2-3 løpere i blant de eldste født etter 1997. Så vi har en jobb å gjøre på rekrutteringen og vi mener arbeidet med de yngste må vektlegges.

Stokmarknes 31.5.2016

Bård Sørensen

# Stokmarknes IL

## Ski

---

